

smile Letter

介護老人保健施設 かりんの里
令和5年8月 Letter.9
管理栄養士：藤森



年に数回、かりんの里の食事や管理栄養士が行っている活動を紹介したいと思います。
お楽しみに☆

～ 管理栄養士が届ける栄養と健康の手紙 ～

かりんの里では管理栄養士がデイケアご利用者様の在宅での食事をサポートさせていただいています！今回は栄養の加算についてご紹介します！

☆栄養アセスメント加算 (基本的に通所利用者全員対象で算定中)

日頃の食事の様子・食事量・体重などをみながら、多職種(管理栄養士、介護士、看護士、言語聴覚士など)が連携して、3か月ごと栄養状態の評価をしています。低栄養リスクが高い方はご希望に応じて栄養改善加算へ移行できます。

☆栄養改善加算

低栄養リスクが高い方に、多職種と連携して、デイケア利用時の食事評価、栄養ケア(必要に応じて栄養補助食品の提供など)、在宅での食事アンケートの実施、食事のアドバイスやおすすめのレシピ提供などを行っています。

対象者：体重低下が著しい、食事量が減った(食欲不振)、BMI18.5以下(低体重)、摂食・嚥下機能の低下、一人暮らしで食事に不安がある、褥瘡があるなど。

BMIとは…体重と身長から算出される肥満度を表す体格指数のことです。

計算式…体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で計算します。

例えば55kg、身長165cmの方の場合、 $55 \div 1.65 \div 1.65 = 20.20$

18.5未満…低体重 18.5以上25.0未満…普通 25.0以上…肥満



☆ 改善例 ☆

身体機能の低下と共に食事量が減少。嗜好調査を行い食事の傾向を把握し、食事内容の調整、職員による介入(声掛け)を実施。デイケア利用時には、栄養補助食品のゼリーを提供。ご自宅でも食事量が少なかったため、ご家族と管理栄養士で情報共有を行い、調理のポイントや食材選びのアドバイスを実施。介入当初は半分以下だった食事量がほぼ全量摂取できるまで改善。



かりんの里では、過去5年間で16名の方に栄養改善加算を算定し、在宅生活をサポートさせていただきました。何か栄養面で気になることがありましたら、お気軽にお声がけください！

～夏バテを予防しよう～

☆暑い夏を元気に過ごすためのポイント☆

・そうめんやそばなど、麺類だけといった食事に偏りがちな時期です！主食・主菜・副菜をバランスよく食べましょう！

・ビタミンB1が豊富な豚肉や大豆製品、うなぎなどは、エネルギー代謝や疲労回復に効果的です。

・食欲がない時は、香味野菜(生姜、みょうがなど)や香辛料(カレー粉など)を上手に利用してみましょう。食欲増進させてくれます！また、酢やレモン、梅などの酸味もさっぱりとして食べやすくなります。

☆こだわりおやつ☆

6月に栄養士によるこだわりおやつで「和風ミルクかん」を提供しました！見た目もかわいく、あんこと抹茶クリームがミルクかんにあっってとても好評でした！



ミキサー食の方もかわいく盛り付けしました☆

